

## サンシン大学・健康経営セミナー

### 『健康筋力養成コース』開講

開講日：2019年7月24日（水）より、毎月第4水曜日の11：00～15：00

場 所：サンシン電気・東京本社（国内外各拠点へ WEB 配信）

講 師：NSCA 認定コンディショニング&ストレングススペシャリスト

JBC プロボクシング C 級ライセンス

パーソナルトレーナー 徳岡 忠司 氏

サンシン大学 健康経営セミナーの一環として『健康筋力養成コース』を2019年7月から毎月1回開講しています。

日頃感じている運動不足や肩こりや冷え性などの不調を、プロのトレーナーに指導頂くことで、解消・改善につなげ、更には、運動習慣、自身の体を慈しむことを習慣化することを目的としています。

コースは3つあり、1. 不調改善コース、2. 運動不足解消コース、3. ボディメイクコースと、参加者のニーズ・体調に合わせた多様なコースを揃えており、個人またはグループで参加しています。

サンシングループでは今後も健康経営※に力を入れてまいります。

※「健康経営」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

#### ●セミナー風景



★第1回目の講座風景（7月24日開講・東京本社）



★第2回目の講座風景（8月28日開講・東京&香港&大連）